

## DAFTAR PUSTAKA

- Atkinson, Rita. 1987. Pengantar Psikologi. Jakarta: Erlangga.
- Azwar, S. 1992. Reliabilitas dan Validitas. Yogyakarta: Sigma Alpha.
- Burns, R.B. 1991. Konsep Diri: Teori Pengukuran Perkembangan dan Perilaku. Jakarta: Arcan.
- Carolyna. 1998. Peranan Konsep Diri terhadap Komunikasi Interpersonal antara Remaja Pria dan Remaja Wanita di SMU Kuala. Skripsi. Medan. Universitas Medan Area.
- Centi, B. Paul. 1993. Mengapa Rendah Diri. Yogyakarta: Canisius.
- Dacey, J. Kenny, M. 1997. Adolescent Development. Second edition: Brown & Benchmark Publisher.
- Gomez, J. 1980. Resep-resep Berumur Panjang. Jakarta: Gunung Jati.
- Gunarsa, S., dkk. 1981. Psikologi Praktis: Anak, Remaja, dan Keluarga. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Hadi, Prawono. 2004. Depresi dan Solusinya. Cet. I. Yogyakarta: Tugu Publisher.
- Hadi, S. 1986. Metodologi Research 2. Yogyakarta: Yayasan Penelitian Fakultas Psikologi UGM.
- Hadi, S. 1989. Statistik 2. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hartanti, S. 1997. Hubungan antara Konsep Diri dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan dengan Penyesuaian Sosial Anak-anak Madura. Anima. Vol. VII. Surabaya.
- Hawari, D. 2000. Depresi. Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran UI
- Harold, Kaplan. MD. 1998. Ilmu Kedokteran Jiwa Darurat. Jakarta: Widya Medika.
- Hurlock, Elizabeth. 1992. Psikologi Perkembangan Jilid 2. Jakarta: Erlangga.

- Lisdiana. 1997. Waspada terhadap Kelebihan dan Kekurangan Gizi. Ungaran: PT. Trugus Agriwidya.
- Mahsun. 2004. Bersahabat Dengan Stress. Yogyakarta: Sigma Alpha.
- Minirth, M.D., Meier. 2000. Kebahagiaan Sebuah Pilihan: Gejala, Penyebab dan Pengobatan Depresi. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Monks, F.J., Knoers, A. M.P., Haditono, S.R. 1999. Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Octavianus. 2001. Perbedaan Kecendrungan Depresi Pasca Melahirkan antara Ibu Bekerja dengan Ibu Tidak Bekerja di RSUD. Adam Malik Medan. Skripsi. Medan. Universitas Medan Area.
- Pudjijoyanti, C.R. 1989. Konsep Diri dalam Pendidikan. Jakarta: Arcan
- Purwati, S. dkk. 2004. Perencanaan Menu Untuk Penderita Kegemukan. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Sarason, G.I. 1987. Abnormal Psychologi. America: Printice Hall Ind. Engkward Cliff.
- Tim La Haye. 1988. Depresi, Upaya dan Cara Mengatasinya. Semarang: Effhar Offset.
- Wirakusumah, E.S. 1994. Cara Aman dan Efektif Menurunkan Berat Badan. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.

## I. DATA IDENTITAS DIRI

Isilah Data-Data Berikut Ini

Nama :  
Usia : tahun  
Jenis Kelamin :  
Berat Badan : kg  
Tinggi Badan : cm

## II. PETUNJUK PENGISIAN

Berikut ini saya ajukan skala dalam bentuk pernyataan. Skala ini ada dua jenis, yakni skala A, dan Skala B

### Untuk Skala A

Adik-adik dihadapkan pada 4 (empat) alternatif jawaban, yakni :

SS = bilamana anda SANGAT SETUJU dengan isi pernyataan

S = bilamana anda SETUJU dengan isi pernyataan

TS = bilamana anda TIDAK SETUJU dengan isi pernyataan

STS = bilamana anda SANGAT TIDAK SETUJU dengan isi pernyataan

Adik-adik hanya diperbolehkan memilih satu dari 4 (empat) pilihan jawaban yang disediakan. Berilah tanda (X) pada jawaban yang sesuai dengan adik-adik. Jika ternyata ada jawaban keliru, cukup beri tanda (=) pada jawaban yang salah, kemudian silanglah (X) jawaban benar yang baru.

### Untuk Skala B

Pilihlah 1 (satu) dari 3 (tiga) pilihan jawaban (YA, KADANG-KADANG, TIDAK) dengan memberikan tanda (X) pada jawaban yang adik-adik pilih ditempat yang telah disediakan.

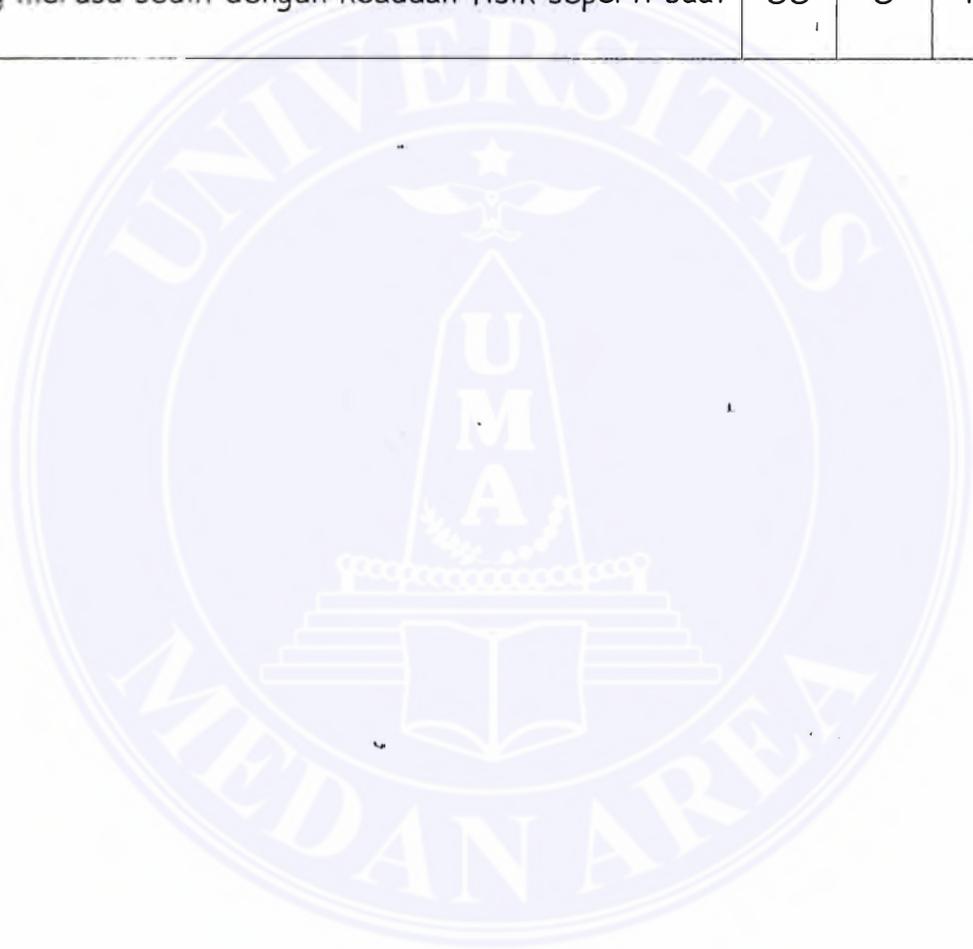
**SELAMAT BEKERJA**

## SKALA A

NO	URAIAN PERNYATAAN	JAWABAN			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya bangga dengan kondisi fisik yang saya miliki	SS	S	TS	STS
2.	Saya memiliki berat badan yang paling berat dibandingkan teman-teman sekitar saya	SS	S	TS	STS
3.	Bagi saya setiap kekurangan dalam diri saya bukan penghambat untuk maju	SS	S	TS	STS
4.	Saya merasa terganggu dengan tubuh yang saya miliki	SS	S	TS	STS
5.	Saya tidak pernah menyesali keberadaan saya	SS	S	TS	STS
6.	Dengan bentuk tubuh seperti ini saya malu untuk memperkenalkan diri pada orang baru	SS	S	TS	STS
7.	Setiap mengingat kelemahan saya, maka akan memotivasi saya untuk memperbaikinya	SS	S	TS	STS
8.	Tubuh saya kurang ideal membuat saya kurang percaya diri	SS	S	TS	STS
9.	Saya tidak merasa terhina jika saya tidak memiliki bentuk tubuh yang ideal	SS	S	TS	STS
10.	Dengan tubuh yang kurang ideal, saya merasa malu jika didepan orang banyak	SS	S	TS	STS
11.	Saya selalu tampil percaya diri walaupun bentuk bentuk tubuh saya tidak ideal	SS	S	TS	STS
12.	Saya merasa terhina bila teman-teman saya mengejek bentuk tubuh saya	SS	S	TS	STS
13.	Walaupun bentuk tubuh saya berbeda dengan teman yang lain, tetapi teman - teman suka bergaul dengan saya	SS	S	TS	STS
14.	Bentuk tubuh yang tidak ideal membuat teman - teman mengabaikan keberadaan saya	SS	S	TS	STS
15.	Bagi saya tidak masalah jika berteman dengan orang yang berpenampilan lebih langsing dari saya	SS	S	TS	STS
16.	Teman-teman tidak mau bergaul dengan saya	SS	S	TS	STS
17.	Saya merasa bahwa diri saya tidak mempunyai perbedaan yang mencolok dengan temanlain dalam bentuk tubuh	SS	S	TS	STS
18.	Teman - teman tidak merima saya, karena bentuk tubuh saya	SS	S	TS	STS
19.	Saya sering diajak teman saya ke acara - acara tertentu	SS	S	TS	STS
20.	Dengan tubuh seperti ini saya merasa perbedaan saya dengan teman yang lain sangat mencolok sekali	SS	S	TS	STS
21.	Saya adalah orang yang mudah bergaul dengan siapa saja	SS	S	TS	STS
22.	Teman saya akan menghindari bila saya menghampiri mereka	SS	S	TS	STS

23.	Walaupun berat tubuh saya tidak ideal, tetapi saya dapat berteman dengan lawan jenis	SS	S	TS	STS
24.	Saya merasa tidak percaya diri bila berteman dengan teman yang lebih langsing dari saya	SS	S	TS	STS
25.	Walaupun saya tidak menarik, saya akan berbuat baik untuk orang lain	SS	S	TS	STS
26.	Saya merasa sulit menerima kelebihan yang dimiliki orang lain	SS	S	TS	STS
27.	Saya akan belajar menerima setiap kekurangan saya	SS	S	TS	STS
28.	Dengan kondisi tubuh saya yang berat, rasanya saya sulit menyelesaikan pekerjaan yang diberikan kepada saya	SS	S	TS	STS
29.	Saya akan berfikir positif walaupun orang lain melakukan kesalahan	SS	S	TS	STS
30.	Saya memandang diri saya sebagai orang yang tidak berharga	SS	S	TS	STS
31.	Saya merasa setiap kelemahan saya, dapat berubah menjadi kekuatan	SS	S	TS	STS
32.	Saya akan merasa terganggu bila ada orang lain yang berbicara tentang saya	SS	S	TS	STS
33.	Saya akan selalu percaya bahwa setiap hal dalam diri saya adalah berharga	SS	S	TS	STS
34.	Dengan tubuh seperti ini saya merasa Tuhan tidak sayang pada saya	SS	S	TS	STS
35.	Saya merasa setiap orang berhak menilai saya sesuai dengan pemikiran mereka	SS	S	TS	STS
36.	Saya tidak akan meminta maaf walaupun telah membuat orang lain tersinggung	SS	S	TS	STS
37.	Saya senang bila mampu mencapai berat ideal	SS	S	TS	STS
38.	Saya sering berfikir kalau saya adalah orang yang paling malang di dunia	SS	S	TS	STS
39.	Saya akan menanggapi ejekan teman-teman saya sebagai sesuatu yang positif	SS	S	TS	STS
40.	Saya akan menyalahkan diri saya bila tidak mampu mencapai berat ideal	SS	S	TS	STS
41.	Saya merasa puas dengan keadaan fisik saya saat ini	SS	S	TS	STS
42.	Saya merasa bentuk tubuh saya menghambat segala macam kegiatan yang saya lakukan	SS	S	TS	STS
43.	Bagi saya, hidup yang saya jalani saat ini adalah yang terbaik untuk saya	SS	S	TS	STS

4.	Saya tidak mau mengakui kalau saya mempunyai berat yang tidak ideal	SS	S	TS	STS
5.	Saya sadar kalau saya mempunyai bentuk tubuh yang tidak menarik	SS	S	TS	STS
6.	Saya akan melakukan jalan pintas demi mendapatkan berat ideal	SS	S	TS	STS
7.	Saya akan berusaha menurunkan berat badan saya dengan berolahraga	SS	S	TS	STS
8.	Saya sering merasa sedih dengan keadaan fisik seperti saat ini	SS	S	TS	STS



## SKALA B

NO.	URAIAN PERNYATAAN	JAWABAN		
1.	Saya merasa sedih bila teman-teman menjauhi saya	YA	KADANG2	TDK
2.	Saya bahagia karena teman-teman selalu dekat dengan saya	YA	KADANG2	TDK
3.	Saya akan marah bila ada yang mengatakan saya gemuk	YA	KADANG2	TDK
4.	Saya menerima dengan lapang dada setiap ejekan yang diberikan kepada saya	YA	KADANG2	TDK
5.	Akhir-akhir ini saya cenderung menangis	YA	KADANG2	TDK
6.	Saya selalu menerima diri saya seperti apa yang terlihat pada cermin	YA	KADANG2	TDK
7.	Bila tidak berhasil menurunkan berat badan maka saya akan putus asa	YA	KADANG2	TDK
8.	Walaupun bentuk tubuh saya tidak ideal teman-teman tetap mengajak saya masuk dalam kepanitiaan sekolah	YA	KADANG2	TDK
9.	Jika saya melihat diri saya di cermin, saya akan terlihat membosankan	YA	KADANG2	TDK
10.	Saya tidak pernah menyerah berusaha mendapatkan berat yang ideal	YA	KADANG2	TDK
11.	Bila ada lelucon yang berhubungan dengan berat badan, saya merasa lelucon itu ditujukan kepada saya	YA	KADANG2	TDK
12.	Saya sangat dekat dengan semua teman yang ada di sekolah saya	YA	KADANG2	TDK
13.	Saya merasa diri saya adalah orang yang paling jelek di dunia	YA	KADANG2	TDK
14.	Walau saya gemuk, saya selalu percaya diri	YA	KADANG2	TDK
15.	Saya berfikir kalau tubuh saya sangat gemuk	YA	KADANG2	TDK
16.	Biar teman-teman mengatakan saya gendut, tetapi saya tidak merasa seperti apa yang mereka katakan	YA	KADANG2	TDK
17.	Dengan keadaan tubuh saya saat ini, saya sulit mendapatkan teman	YA	KADANG2	TDK
18.	Di sekolah saya memiliki banyak teman walaupun saya tidak selangsing teman yang lain	YA	KADANG2	TDK
19.	Bila berada di lingkungan yang baru saya merasa canggung untuk berteman dengan remaja lainnya	YA	KADANG2	TDK
20.	Saya tidak malu untuk berteman dengan orang baru, walaupun saya tidak selangsing mereka	YA	KADANG2	TDK

1.	Bila berada di tengah keramaian saya merasa semua mata tertuju pada saya	YA	KADANG2	TDK
2.	Di sekolah saya memiliki berbagai kemampuan yang dapat dibanggakan	YA	KADANG2	TDK
3.	Dengan bentuk tubuh seperti saat ini saya merasa sulit mencapai cita-cita saya di masa depan	YA	KADANG2	TDK
4.	Saya selalu merasa biasa saja walau di tengah keramaian semua mata tertuju pada saya	YA	KADANG2	TDK
5.	Karena berat saya yang tidak ideal, saya tidak mampu menyelesaikan tugas dengan baik	YA	KADANG2	TDK
6.	Saya menganggap ejekan teman saya sebagai bentuk perhatian mereka kepada saya	YA	KADANG2	TDK
7.	Bila mengalami kesulitan dalam suatu pekerjaan, maka saya akan langsung menyerah tanpa mau berusaha	YA	KADANG2	TDK
8.	Walaupun bentuk tubuh saya seperti ini saya senang bila mampu menyelesaikan pekerjaan tepat pada waktunya	YA	KADANG2	TDK
9.	Dengan fisik seperti ini saya malas mengerjakan suatu pekerjaan	YA	KADANG2	TDK
10.	Saya akan terus berusaha menyelesaikan tugas saya, walaupun tugas tersebut sulit dilakukan oleh orang yang gemuk	YA	KADANG2	TDK
11.	Dengan fisik seperti ini, bila ada teman yang mengejek maka saya berniat mengakhiri hidup saya	YA	KADANG2	TDK
12.	Saya berusaha menyelesaikan suatu pekerjaan tanpa bantuan dari orang lain	YA	KADANG2	TDK
13.	Ketika akan berpergian saya akan minta ditemani karena saya malu dengan berat badan saya	YA	KADANG2	TDK
14.	Bantuan orang lain saya butuhkan bila saya tidak mampu lagi menyelesaikan permasalahan yang saya hadapi sendirian	YA	KADANG2	TDK
15.	Saya merasa semangat hidup saya semakin berkurang	YA	KADANG2	TDK
16.	Demi mencapai cita-cita, saya mempunyai semangat hidup yang pantang menyerah	YA	KADANG2	TDK
17.	Selera makan saya hilang bila mengingat ejekan dari teman-teman saya	YA	KADANG2	TDK
18.	Saya dapat tidur pulas ketika malam hari	YA	KADANG2	TDK
19.	Saya selalu memikirkan ejekan teman saya hingga larut malam	YA	KADANG2	TDK
20.	Saya merasa nafsu makan saya makin bertambah setiap	YA	KADANG2	TDK



# SMA HARAPAN MANDIRI

Jl. Brigjend. Zein Hamid No. 40

Telp. (061) 7882388 ( Hunting ) Fax. 7873882

## SURAT KETERANGAN

No. 99/S.6/SMA/YP.HM/X-06

Yang bertanda tangan di bawah ini, Wakil Kepala SMA Swasta Harapan Mandiri Kota Medan, Provinsi Sumatera Utara, menerangkan bahwa :

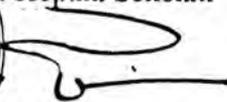
Nama : CUT ZERRY A. PUTRI  
NIM : 01.860.0144  
Program Studi : ILMU PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA

Benar telah melaksanakan Penelitian ( Pengambilan Data ) di SMA Harapan Mandiri Medan dari tanggal 27 s/d 30 September 2006 untuk melengkapi pembuatan skripsi dengan judul :

***“ HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI DENGAN TINGKAT DEPRESI PADA REMAJA YANG MENGALAMI OBESITAS DI SMA HARAPAN MANDIRI MEDAN “***

Dalam rangka penyusunan skripsi guna melengkapi persyaratan mengikuti ujian Sarjana lengkap sesuai dengan surat Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area No. 01868 / FO / PP / 2006 tanggal 31 Agustus 2006 dan diharapkan hasil penelitian ( skripsi ) agar diserahkan ke SMA Harapan Mandiri 1 ( satu ) berkas.

Demikian Surat Keterangan ini diperbuat untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Medan, 04 Oktober 2006  
Wakil Kepala Sekolah  
  
Ir. Drs. N.D. Marpaung





YAYASAN KARTIKA JAYA  
SEKOLAH MENENGAH UMUM  
**SMU SWASTA KARTIKA I - I**  
JLN. LETJEN. S. PARMAN NO. 240 TELP. 4576992  
M E D A N

SURAT KETERANGAN

Nomor : 417/SMA I-I YKJ/S.5/IX/2006

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala SMA Kartika I-I menerangkan bahwa :

Nama : Cut Zerry A.Putri  
NIM : 01.860.0144  
Program Studi : ILMU PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA

benar telah melaksanakan Penelitian (Pengambilan Data) di SMA Kartika I-I Medan dengan judul :

**“ HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI DENGAN TINGKAT DEPRESI PADA REMAJA YANG MENGALAMI OBESITAS DI SMA KARTIKA I-I MEDAN”**

Dalam rangka penyusunan skripsi guna melengkapi persyaratan mengikuti ujian Sarjana Lengkap sesuai dengan surat Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area No. 01868/FO/PP/2006 tanggal 31 Agustus 2006.

Demikian Surat Keterangan ini diperbuat untuk dapat digunakan seperlunya.

Medan, 14 September 2006  
Kepala SMA Kartika I-I  
  
A.B.Ch. Manalu, M.Pd.



# UNIVERSITAS MEDAN AREA

## FAKULTAS PSIKOLOGI

JALAN KOLAM NOMOR 1 MEDAN ESTATE

TELEPON 7366878, 7366998, 7366781, 7364348, PSWT. 107 FAX. 7360168 MEDAN 20223

E-mail : uma001@indosat.net.id

Nomor : 07866 /FO/PP/2006  
Lampiran : -  
Hal : Pengambilan Data

Medan, 31 Agustus 2006

Kepada Yth : Kepala Sekolah  
SMA HARAPAN MANDIRI  
Jalan Brigjend. Katamso No. 40  
di -  
Medan

Dengan hormat,

Bersama ini kami mohon kesediaan Bapak untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami :

Nama : Cut Zerry A. Putri  
NPM : 01.860.0144  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi

Untuk melaksanakan pengambilan data pada SMA HARAPAN MANDIRI Medan.

Guna penyusunan Skripsi mahasiswa yang berjudul : **“Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Tingkat Depresi Pada Remaja Yang Mengalami Obesitas di SMA HARAPAN MANDIRI Dan SMA KARTIKA I-1 Medan.”**

Perlu kami jelaskan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyesunan skripsi, ini merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Lengkap pada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Dan kami mohon kiranya dapat diberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan dan surat keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data pada lembaga yang Bapak pimpin.

Demikian kami sampaikan atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

